

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे

बी. ए. – (विशारद) योग

परीक्षा : डिसेंबर – २०२४

प्रथम वर्ष

सत्र – १

विषय:- योग तत्त्वज्ञान (भाग-१) (YC – 101/ YC-1011/ BAYH23-101)

दिनांक : ३०/११/२०२४

गुण : ६०

वेळ : स. १०.०० ते दु. १२.३०

- सूचना :**
१. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
 २. उजवीकडील अंक त्या प्रश्नांचे गुण दर्शवितात.
 ३. उत्तरपत्रिकेत प्रश्नपत्रिकेतील प्रश्नक्रमांक लिहिणे आवश्यक आहे.

प्र.१. पुढील प्रश्नांची सविस्तर उत्तरे लिहा. (कोणतेही चार)

(४०)

- १) योगाचे विविध प्रकार सांगा.
- २) शरीराला प्राप्त होणाऱ्या अवस्था विशद करा.
- ३) अंतःकरण चतुष्टय म्हणजे काय? त्याचे विविध घटक सांगा.
- ४) पंचकोशाचे स्वरूप विशद करा.
- ५) स्थूल शरीर व सूक्ष्म शरीर स्पष्ट करा.
- ६) मुद्रा व बंध यांचे योगाच्या दृष्टीने असलेले महत्व विशद करा.

प्र.२. पुढील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

(१०)

- १) योगाच्या परंपरेचे कालखंडानुसार वर्गीकरण करा.
- २) योगाभ्यासासाठी स्थान कसे निवडावे?
- ३) पंचप्राण विशद करा.
- ४) योगाची उद्दिष्ट्ये व ध्येय सांगा.

प्र.३. टीपा लिहा. (कोणत्याही दोन)

(१०)

- १) योगाच्या व्याख्या
- २) पातंजल योगसूत्रानुसार योगाभ्यासाचा अधिकारी
- ३) त्रिगुण
- ४) कुंडलिनी

Translation in English

Sub: Yoga Philosophy (Part-I) (YC-101/YC-1011/BAYH-23-101)

Instructions:

- 1) All Questions are Compulsory.
 - 2) Figures to the right indicate full marks.
 - 3) In the case of any doubt the Marathi version shall be held to be authentic and final.
 - 4) While writing answers the respective question numbers must be mentioned in the Answer Book.
-

Q.1. Answer the following questions in detail. (Any Four) (40)

- 1) What are the different types of yoga?
- 2) Explain the state the body attains.
- 3) What is *Antahkarana chatushtaya*? State its various components.
- 4) Explain the form of Panchakosha.
- 5) Explain gross body and subtle body.
- 6) Explain the importance of mudra and bandha in terms of yoga.

Q.2. Answer the following questions in short. (Any Two) (10)

- 1) Classify the traditions of yoga by era.
- 2) How to Choose a Place for Yoga Practice
- 3) Explain Pancha Prana.
- 4) State the aims and objectives of yoga.

Q.3. Write short notes. (Any Two) (10)

- 1) Definitions of Yoga
 - 2) An authority on yoga practice according to the Patanjala Yoga Sutra
 - 3) Trigun
 - 4) Kundalini
-